

Sie haben Rücken-, Knie-, Schulter-, Nackenbeschwerden

oder ähnliche lästige Begleiter wie z.B. Fersensporn, Hüftarthrose oder Tennisarm?



1. Starten Sie mit einem kostenlosen KENNENLERNTRAINING.

Bitte vereinbaren Sie vor Ihrem Besuch einen **TERMIN**.

Betreute Öffnungszeiten und Anmeldung:

Mo: 9-12 Uhr und 15-18 Uhr

Di, Mi, Do: 9-12 Uhr und Termine nach Vereinbarung

Fr: 9-12 Uhr und 15-18 Uhr



2. Sie werden Mitglied und erhalten Ihr LÖSUNGSPAKET mit tausendfach bewährten Übungen.

Die umfassende Analyse Ihrer Ausgangssituation bildet die Grundlage für ein mehrfach **INSTRUIERTES** und maßgeschneidertes **TRAINING**.



3. Trainieren Sie in Ihrem persönlichen ZEITFENSTER.

Ich werde jetzt aktiv und helfe mir selbst.

Zutrittszeiten für Mitglieder:

Mo-Fr: 7-21 Uhr

Sa, So, Feiertag: 7-18 Uhr